



Ementa

Jardim de Infância e 1º CEB de Castelo de Penalva

Semana de 20 a 24 de outubro de 2025

2ª Feira	Sopa	Sopa de feijão vermelho com couve portuguesa
	Prato	Almondegas de aves estufadas com esparguete e brócolos cozidos
	Sobremesa	Banana
3ª Feira	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Filetes fritos com arroz de feijão vermelho com couve-lombarda e cenoura
	Sobremesa	Laranja
4ª Feira	Sopa	Canja
	Prato	Massa espiral cozida com frango assado no forno e salada de cenoura, alface e cebola
	Sobremesa	Pudim
5ª Feira	Sopa	Sopa de Feijão-verde
	Prato	Empadão de atum e salada de tomate, alface e cebola
	Sobremesa	Maçãs
6ª Feira	Sopa	Sopa de Repolho
	Prato	Arroz à valenciana e feijão verde e cenoura cozidos
	Sobremesa	Pêras

Observações: Esta ementa pode sofrer alterações.

